

**Журавльова Л.П.**

**Житомирський національний агроекологічний університет (м. Житомир)**

## **ЕМПАТІЯ І СТАВЛЕННЯ ДО СЕБЕ ПІДЛІТКІВ**

*В статті досліджується взаємозв'язок між рівнем розвитку емпатії особистості підліткового віку з показниками її самоставлення та самооцінки. Виявлено гендерні відмінності цих взаємозв'язків.*

**Ключові слова:** емпатія, самоставлення, самооцінка.

**Актуальність.** Становлення особистості нерозривно пов'язане з розвитком її самосвідомості, починаючи з виокремлення свого фізичного Я на кінець першого року життя, набуттям самоідентичності в юнацькому віці і до виявлення власної соціальної цінності та сенсу свого буття в зрілому віці. Одним із невід'ємних аспектів динаміки самосвідомості є розвиток ставлення до власної особистості, її самооцінки. Структура і специфіка ставлення до свого «Я» здійснює регулюючий вплив практично на всі аспекти поведінки людини, відіграючи найважливішу роль в установленні міжособистісних стосунків, у постановці й досягненні цілей, у способах формування і розв'язання кризових ситуацій.

**Постановка проблеми.** Аналіз різних поглядів на структуру ставлення до себе виявив велике розмаїття понять, у яких відображається зміст цього феномена. Основними з них є такі: самоповага, симпатія, самоприйняття, любов до себе, самовпевненість, самоприниження, самозвинувачення, самооцінка тощо [7].

Із вітчизняних спроб реконструювати емоціональну систему самоставлення широко відомі дослідження В.В. Століна [8], де виділені три його виміри: симпатія, повага, близькість, та С.Р. Пантелєєва [7], який виділяє дев'ять структурних елементів ставлення до себе: відкритість, самовпевненість, самокерівництво, відображене самоставлення, самоцінність, самоприв'язаність, внутрішня конфліктність, самозвинувачення.

Для розвитку самосвідомості сензитивним є підлітковий вік. Упродовж періоду дорослішання відбувається відкриття внутрішнього психічного світу, як власного, так і інших людей. Саме у цьому віці найяскравіше проявляються суперечливі процеси цих відкриттів, критичного переосмислення власного «Я» та формування самоставлення. Остаточного нівелюється дитячий егоцентризм. Увагу

підлітків привертають інші особи, перш за все ровесники. Спілкування з однолітками у цьому віці стає провідною діяльністю і саме орієнтація на думку, ставлення ровесників зумовлює динаміку самооцінки, їх ставлення до себе. І насамперед, емпатія допомагає підліткам адекватно відображати внутрішній світ інших людей - ровесників і дорослих.

Поряд з відкриттям внутрішнього світу інших людей, перш за все однолітків, спрямованості на них, у підлітків з'являється егоцетрична потреба в самоствердженні. На наш погляд, саме розвиток емпатії сприяє адекватному ви рішенню багатьох суперечностей підліткового віку. Ускладнення мислення у підлітковому віці є базою для розвитку когнітивних механізмів емпатії та рефлексивних процесів: самосприймання, самоспостереження, пізнання світу, власних переживань. Школярі розмежовують світ внутрішніх переживань і об'єктивну дійсність. Функціонування особистісної рефлексії та орієнтація на думку ровесників щодо власної особистості зумовлюють переоцінку багатьох якостей, змінюють ставлення до себе.

Разом із самоставленням в період дорослішання інтенсивно розвивається й самооцінка. Вона стає більш стійкою, інтегральною й адекватною.

Роль емпатії в розвитку особистості, її самосвідомості підкреслювалась як вітчизняними, так і зарубіжними дослідниками [1, 2,3, 6]. Доведено її провідну роль в системі детермінуючих факторів розвитку особистості [2].

У дослідженні ми виходили з припущення, що емпатія як одна з онтогенетично ранніх соціальних якостей розвивається в єдності з самосвідомістю особистості і вони взаємно обумовлюють одне одного.

Для виявлення ролі емпатії в процесі розвитку самосвідомості ставили за мету дослідити місце і значущість феномену в системі основних структурних компонентів самосвідомості: самооцінки і ставлення до себе.

**Організація та методи дослідження.** Дослідницька робота проводилась у три етапи — діагностувались, відповідно, емпатія, самоставлення, самооцінка. Респондентами були учні 7 — 8 класів загальноосвітніх шкіл віком від 12 до 15 років. Загальна вибірка складала 59 чоловік, з них - 22 хлопці та 37 дівчат.

На першому етапі дослідження було проведено діагностику емпатії підлітків за допомогою авторської методики [5]. Методика складається із сюжетів-колізій, герої яких потрапляють в різні емпатогенні ситуації. На кожну ситуацію пропонується сім варіантів відповідей щодо їх розв'язання. Передбачена також власна відповідь респондента, яка у відповідності до її змісту відноситься експериментатором до одного із запропонованих шляхів вирішення ситуації. Героями сюжетів є ровесник, доросла людина, дитина, людина похилого віку, тварина. Кожен із варіантів запропонованих відповідей репрезентував один із видів чи форм емпатії, а також відповідного емпатійного ставлення [4].

У такий спосіб було визначено наступні досліджувані шкали (фактори): 1) антиемпатія, 2) індиферентність (пасивне споглядання ситуації) - індиферентне емпатійне ставлення, 3) співпереживання - егоцентричне емпатійне ставлення, 4) переживання з приводу почуттів іншого (співчуття) - суб'єктоцентричне емпатійне ставлення, 5) моделювання поведінки (внутрішнє сприяння) - пасивне емпатійне ставлення, 6) реальне сприяння не на шкоду собі - активне емпатійне ставлення, 7) альтруїстична поведінка (реальне сприяння на шкоду собі) - дієве трансцендентне емпатійне ставлення.

Діагностичною процедурою передбачено також визначення інтегральної емпатії - суми показників антиемпатії та всіх форм власне емпатії. Диференціювались також рівні її розвитку - дуже низький, низький, середній, високий, дуже високий.

Для дослідження ставлення до себе використовувався опитувальник В.В. Століна [7] «Самоставлення», який побудований відповідно до розробленої ним ієрархічної моделі структури ставлення до себе. Опитувальник вимірює інтегральне відчуття «за» і «проти» власного «Я» і визначає 5 основних шкал: фактор глобальної самооцінки - S, фактор самоповаги - шкала I, симпатії до себе - шкала II, очікуване ставлення інших - шкала III, інтерес до себе - шкала IV.

Розглянемо докладніше характеристику кожної із шкал. Фактор глобальної самооцінки S інтерпретується як внутрішнє недиференційоване відчуття «за» і «проти» себе.

Шкала I (самоповага) - репрезентує той аспект самоповаги, який емоційно і змістовно об'єднує віру в свої сили, здібності, енергію, самостійність, оцінку своїх можливостей контролювати власне життя, бути послідовним, розуміти самого себе.

Шкала II (симпатія до себе) відображає приязнь-ворожість до власного Я. На позитивному полюсі шкала об'єднує схвалення себе в цілому і в істотних деталях, довіру до себе і позитивну самооцінку. На негативному - бачення в собі переважно недоліки, низьку самооцінку, готовність до самозвинувачення.

Шкала III (очікуване ставлення інших) відображає очікування людиною, яка тестується, позитивного чи негативного ставлення до себе оточуючих. Людина, яка чекає антипатичного ставлення до себе, очікує його як від більшості сторонніх чи мало пов'язаних з нею людей, так і від небагатьох близьких, любов яких для неї важлива. Від інших така людина чекає заперечення її внутрішніх позитивних якостей, антипатії до своєї зовнішності. При цьому вона ніби приймає антипатію інших і це проявляється в тому, що і собі вона не бажає добра по-справжньому. Спрацьовують захисні механізми, наслідком яких є те, що підліток вважає себе унікальною особистістю, не схожою на інших, і не ставить завдання на збільшення самоповаги.

Шкала IV (інтерес до себе) визначає міру близькості особистості до самої себе, зокрема, інтерес до власних думок і почуттів, готовність спілкуватися з

собою «на рівних», упевненості у зацікавленості з боку інших людей, власній значущості для них.

На останньому етапі дослідження визначалася самооцінка підлітків як процес пізнання і критичного самопізнання. Підліткам пропонувався список із 40 особистісних якостей, які вони мали віднести до «Я-ідеалу» чи до «Я-антиідеалу». Після цього вони відзначали у двох списках ті якості, які притаманні їх особистості.

Після такої диференціації якостей визначалися два коефіцієнти самооцінки: позитивна самооцінка ( $S_1$ ) та критична самооцінка ( $S_2$ )- Було виділено 5 рівнів самооцінки: занижена, низька, адекватна, висока, завищена.

**Аналіз результатів дослідження.** Результати дослідження самоставлення у підлітковому віці подані в таблицях 1 та 2. Вивчення динаміки та тендерних особливостей самоставлення підлітків середнього та старшого віку виявило певні особливості. Загалом більшість підлітків (88,5%) приймає власну особистість і позитивно ставиться до власного «Я» (див. табл. 1).

Таблиця 1 – Показники глобального ставлення до себе у підлітковому віці(у%).

Респонденти		Глобальне самоставлення		
		Проти	за	Дуже «за»
7 кл. (12-13 р.)	дівчата	17,6	41,2	41,2
	хлопці	8,3	66,7	25,0
	разом		51,7	34,5
8 кл. (13-14 р.)	дівчата	4,8	23,8	71,4
	хлопці	18,2	0,0	81,8
	разом	9,4	15,6	75,0
усі дівчата		10,5	31,6	57,9
усі хлопці		13,0	34,8	52,2
Разом		11,5	32,8	55,7

Спостерігається позитивна динаміка самоставлення у віці від 12 до 15 років. У сьомому класі лише у третини школярів яскраво виражене позитивне ставлення до себе, а у восьмому - 75% від усієї кількості респондентів дуже позитивно ставляться до власного «Я». Проте, незважаючи на переважно позитивне глобальне самоставлення, у 49,2% підлітків відсутня самоповага, у 26,2% є невираженими аутосимпатія та інтерес до власної особи (див. табл. 2). Особливо низька самоповага у семикласників.

Цікавими є гендерні відмінності у показниках самоставлення підлітків.

Спостерігається позитивна вікова динаміка глобального ставлення до власної особистості дівчат і негативна - хлопців. Порівняно з хлопцями, кількість семикласниць, які «не приймають» себе, більша, ніж удвічі (відповідно 17,6% і 8,3%). А у восьмому класі лише 4,8% дівчат «проти» власної особистості. Проте частина невдоволених собою

хлопців збільшилася у два рази (18,2%), а решта 81,8% мають яскраво виражене позитивне ставлення до себе. Що ж стосується самоповаги, то у хлопців її позитивна динаміка набагато інтенсивніша порівняно з дівчатами. Проте при переході від середнього до старшого підліткового віку у хлопців знижується інтерес до себе, а в дівчат він підвищується і в 66,7% стає яскраво вираженим.

Таблиця 2 - Показники ставлення до себе у підлітковому віці (у%)

Респонденти	Фактори											
	Самоповага			Аутосимпатія			Очікування позитивного ставлення від інших			Інтерес до себе		
7 клас (12-13 років)												
Д	58.8	41,2	0,0	35,3	41,2	23,5	76,5	17,7	5,8	17,7	35,3	47,0
Х	58,3	33,3	8,4	33,3	41,7	5,0	91,7	8,3	0,0	33,3	33,4	33,3
р	58,6	37,9	3,5	34,5	41,4	24.1	82,7	13,8	3,5	24,1	34,5	41,4
8 клас(13 -14 років)												
Д	47,6	23,8	28,6	14,3	28,6	57,1	47,6	38,1	14,3	14,3	19,0	66,7
Х	27.3	45,5	27,2	27,3	45,5	27,2	63,6	36,4	0,0	54,5	18,2	27,3
Р	40,6	31,2	28,2	18,7	34,4	46,9	53,1	37,5	9,4	28,1	18,8	53,1
Всього по вибірці												
Д	52,6	31,6	15,8	23,7	34,2	42,1	60,5	29,0	10,5	15,8	26,3	56,9
Х	43,5	39,1	17,4	30,4	43,5	26,1	78,3	21,7	0,0	43,5	26,1	30,4
Р	49,2	34,4	16,4	26,2	37,7	36,1	62,2	26,2	6,6	26,2	26,2	47,6

Примітка: Д - дівчата; Х - хлопці; Р - разом.

Насторожує той факт, що переважна більшість підлітків, особливо середнього віку та підлітків-хлопців, не очікує позитивного ставлення з боку інших людей. Можна припустити, що в даному випадку спрацьовують механізми проєкції. У середньому підлітковому віці найбільшою мірою проявляється негативізм, критичність, агресивність школярів, які вони починають приписувати й іншим людям.

Знаходження кореляційного взаємозв'язку між показниками окремих факторів і загального самоставлення та емпатією виявило існування залежності між рівнем розвитку емпатійності у підлітків та внутрішнім недиференційованим прийняттям ними власної сутності ( $r_p = 0,313$ ;  $p \leq 0,05$ ) й інтересом до себе ( $r_p = 0,309$ ;  $p \leq 0,05$ ).

Кореляційний взаємозв'язок між окремими шкалами та загальним самоставленням й емпатією показано в таблиці 3.

Знайдено і тендерні відмінності у взаємозв'язках між рівнем розвитку емпатії та показниками самоставлення. Так, емпатія дівчат має статистично значущі зв'язки з ІХ показниками само ставлення ( $r_p = 0,385$ ;  $p \leq (0,05)$ ), та мірою розвинутості самоповаги ( $r_p = 0,352$ ;  $p \leq 0,05$ ), а у хлопців значущих кореляцій не виявлено.

Таким чином, стає цілком очевидним, що розвинута емпатія у підлітків обумовлює становлення у них позитивного ставлення до власної особистості, що, у свою чергу, сприяє адекватному самоствердженню, успішному вирішенню підліткової кризи.

Таблиця 3 - Кореляційний зв'язок між показниками самоствавлення та емпатії

Респонденти		Фактори				
7 клас	Дівчата	0,227	0,269	-0,471	-0,052	0,094
	Хлопці	-0,298	-0,131	0,022	0,128	0,176
	Разом	0,234	-0,018	-0,215	0,150	0,243
8 клас	Дівчата	0,484	0,385	0,305	0,111	0,318
	Хлопці	-0,172	-0,315	0,185	0,339	0,154
	Разом	0,290	0,112	0,310	0,236	0,395*
Всього	Дівчата	0,385*	0,352*	-0,006	0,054	0,226
	Хлопці	0,008	-0,048	0,157	0,217	0,054
Загальна вибірка		0,313*	0,117	0,079	0,212	0,309*

Результати дослідження особливостей розвитку самооцінки підлітків наведені в таблиці 4.

Динаміка і гендерні відмінності самооцінки підлітків мають схожі тенденції до особливостей розвитку їх глобальних ставлень до себе. Очікування багатьма підлітками негативного ставлення від інших людей, як було показано вище, очевидно, актуалізувало функціонування захисних механізмів, які зумовили їх некритичну оцінку своїх негативних якостей і високу та завищену оцінку позитивних якостей. З віком показники загальної самооцінки підвищуються. Проте дівчата ставляться критичніше до власних недоліків порівняно з хлопцями.

Таблиця 4 - Показники самооцінки у підлітків (у %)

Респонденти		Рівень самооцінки									
		занижений		Низький		адекватний		високий		завищений	
		S <sub>1</sub>	S <sub>2</sub>	S <sub>1</sub>	S <sub>2</sub>	S <sub>1</sub>	S <sub>2</sub>	S <sub>1</sub>	S <sub>2</sub>	S <sub>1</sub>	S <sub>2</sub>
7 кл. (12- 13 р.)	дівчата	0,0	0,0	23,5	11,7	35,3	29,4	29,4	47,1	11,8	11,8
	хлопці	8,3	0,0	8,3	8,3	16,7	16,7	50,0	33,3	16,7	41,7
	Разом	3,5	0,0	17,2	10,3	27,6	24,1	37,9	41,4	13,8	24,2
8 кл. (13- 14 р.)	Дівчата	0,0	0,0	0,0	9,5	28,6	19,1	38,1	42,9	33,3	28,5
	Хлопці	0,0	0,0	0,0	0,0	27,3	0,0	72,7	54,6	0,0	45,4
	Разом	0,0	0,0	0,0	6,2	28,1	12,5	50,0	46,9	21,9	34,4
усі дівчата		0,0	0,0	10,5	10,5	31,6	23,7	34,2	44,7	23,7	21,1
усі хлопці		4,3	0,0	4,3	4,3	21,7	8,8	60,9	43,5	8,7	43,5
Разом		1,6	0,0	8,2	8,2	27,8	18,0	44,2	44,2	18,3	29,5

Примітки: 1. S<sub>1</sub> - самооцінка позитивних якостей особистості;

2. S<sub>2</sub> - самооцінка негативних якостей особистості.

Підсумовуючи результат кількісного аналізу дослідження самооцінки підлітків, можна зробити висновок, що більшість із них має

високу та завищену самооцінку і не досить критично ставиться до своїх недоліків. Знаходження взаємозв'язку між рівнями емпатії та коефіцієнтами самооцінки позитивних якостей (див. табл. 5) виявило позитивну статистично значущу залежність між ними як загалом по вибірці ( $r_p \ll 0,28$ ;  $p \ll 0,01$ ), так і окремо у дівчат ( $r_p \ll 0,43$ ;  $p \leq 0,01$ ) та у хлопців ( $r_p = 0,34$ ;  $p \leq 0,05$ ).

Таблиця 5 - Кореляційний зв'язок між показниками емпатії та коефіцієнтами самооцінки підлітків

Респонденти	Загальна самооцінка		Рівні самооцінки							
			Адекватний		Високий		Завищений		Адекватний + високий	
	S <sub>1</sub>	S <sub>2</sub>	S <sub>1</sub>	S <sub>2</sub>	S <sub>1</sub>	S <sub>2</sub>	S <sub>1</sub>	S <sub>2</sub>	S <sub>1</sub>	S <sub>2</sub>
7 клас (12 -13 років)										
Д1	0,299	-0,04	0,03	-0,28	0,43	-0,33	0,14	0,38*	0,13	-0,4*
X	0,41*	0,09	0,01	0,75	0,67*	0,26	1,0	-0,29	0,42**	0,14
P	0,286*	0,023	-0,02	0,27	0,21	-0,2	0,26	-0,23	0,09	-0,13
8 клас (13-14 років)										
д	0,13	-0,11	-0,02	-0,34	0,13	-0,19	0,5	0,44	0,25	-0,47
X	0,139	-0,22	-0,04	-	0,48	-0,07	-	-0,38	0,1	-0,14
p	0,221	0,036	0,04	-0,03	0,14	-0,07	0,5	0,09	0,18	-0,33
Всього по вибірці										
д	0,425**	-0,2	-0,02	-0,28	0,35	-0,31	0,58	0,03	0,381*	-0,38*
X	0,342*	-0,02	-0,03	-	0,602**	0,16	-	-0,24	0,341*	0,03
P	0,28**	0,03	-	-0,26	0,17	-0,12	0,31	-0,04	0,16	-0,21*

Примітка. Д - дівчата, X - хлопці, P - разом.

Оскільки підлітки у своїй самооцінці орієнтуються на думку ровесників, то можна припустити, що емпатія допомагає їм адекватніше відчувати оцінку власної особистості товаришами і на цій основі будувати з ними успішну взаємодію та спілкування. Спілкування з ровесниками є провідною діяльністю в цьому віці. Тому досягнуті успіхи в цьому процесі є однією із вагомих детермінант високої самооцінки підлітків.

Заслуговує на увагу існування позитивно значущого взаємозв'язку між показниками емпатії та коефіцієнтами адекватної й високої позитивної самооцінки особистості у дівчат ( $r_p = 0,38$ ;  $p \leq 0,05$ ) і у хлопців ( $r_p = 0,34$ ;  $p \leq 0,05$ ). Загальновідомо, що адекватна і висока самооцінка є найбільш оптимальними для позитивного розвитку особистості, актуалізації її потенціалу й самореалізації.

Важливим є й те, що емпатія допомагає підліткам критично ставитися до своїх недоліків ( $r_p = -0,210$ ;  $p \leq 0,05$ ). Особливо це стосується дівчат ( $r_p = -0,377$ ;  $p \leq 0,05$ ).

### **Висновки та перспективи подальших досліджень.**

Підсумовуючи результати дослідження ролі емпатії в розвитку ставлення до себе та самооцінки у підлітковому віці, можна констатувати наступне:

- розвинута емпатія допомагає підліткам бути успішними в міжособистісному спілкуванні з ровесниками. Такий успіх є чинником високої оцінки підлітка з боку товаришів, власної самооцінки та позитивного ставлення до себе;

- існують гендерні відмінності у залежності самоставлення та самооцінки від рівня розвитку емпатії особистості. Емпатія більшою мірою впливає на розвиток глобального позитивного ставлення до себе, самоповаги та критичної оцінки власних негативних якостей дівчат порівняно з хлопцями. У хлопців-підлітків емпатія обумовлює становлення високої самооцінки;

- розвинута емпатійність сприяє становленню в підлітків адекватної та високої самооцінки, що є позитивними чинниками їх особистісного зростання та розвитку самосвідомості.

Перспективою подальших розвідок є дослідження взаємозв'язку між особливостями розвитку емпатії особистості й іншими складовими її самосвідомості (Я-концепцією, самоідентичністю, самовизначенням сенсу власного буття).

### **Література**

1. Божович Л. И. *Личность и ее формирование в детском возрасте* / Л. И. Божович. - СПб.: «Питер», 2008. - 398 с.
2. Журавльова Л. П. *Психологія емпатії* / Л. П. Журавльова. - Житомир : Видавництво ЖДУ ім. і. Франка, 2007. - 328 с.
3. Журавльова Л. П. *Емпатія в системі особистісних чинників успішної управлінської діяльності* / Л. П. Журавльова : [зб. наук, праць / рад. кол. С. Д Максименко (гол. ред.) та ін.]. - К. : Наук, світ, 2008. - Т. 1 : Організаційна психологія. Економічна психологія. Соціальна психологія. Ч. 20. / За ред. С. Д. Максименка, Л. М. Карамушки. - 2008. - С. 92- 95.
4. *Емпатійні ставлення та їх класифікація* // Соціальна психологія. - 2008. - № 5(31). - С. 39-46.
5. Журавльова Л. П. *Діагностика форм та типів емпатії* Психологія. Зб. наук, праць НПУім. М. Драгоманова. - Сер. № 12. Психологічні науки. - 2010. - Л& 31(55). - С. 154-161.
6. Кротенко В. І. *Розвиток емпатії у дітей підліткового віку - складової риси гуманістичного розвитку суспільства* / В. І. Кротенко // Психологія : зб. наук, праць НПУім. М.П. Драгоманова. - К., 2001. - Вип. 2(9). - Ч. II. - С. 55- 58.
7. Пантелеев С. Р. *Методика исследования самоотношения* / С. Р. Пантелеев. - М.: «СМЫСЛ», 1993. - 32 с.
8. Столин В. В. *Самосознание личности* / В. В. Столин. - М.: Изд-во МГУ, 1983. - 286 с.